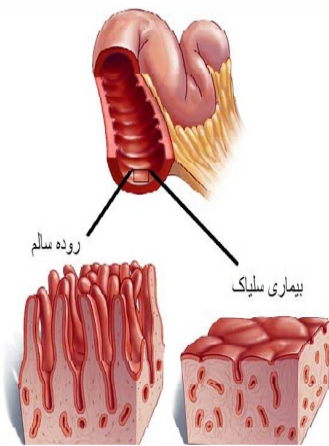




شماره سند: AH-Edu-PA-94-01
تاریخ تدوین: ۹۸/۲/۲۰
تاریخ بازنگری: ۰۲/۲/۲۰
آخرین تاریخ ویرایش: ۱۳۹۸/۸/۲۰



سلیاک



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان اکبر

واحد آموزش به بیمار

غذاهای فاقد گلوتن که می توانند مصرف کنند:

- نان های تهیه شده از نشاسته ذرت یا آرد برنج
- برنج، گوشت قرمز و سفید، سیب زمینی
- لبنیات، سبزیجات، تخم مرغ، آجیل، حبوبات، شکر، روغن
- با توجه به علاقه کودک با این مواد غذایی بهترین غذایی که او می خورد را تهیه کنید تا رشد خوبی داشته باشد.
- در صورتی که کودک عدم تحمل به لاکتوز دارد و با خوردن شیر دل درد می شود نباید شیر مصرف کند.
- در صورت اسهال از دادن شیر به کودک پرهیز کنید.



با آرزوی سلامتی برای کودک عزیزتان



منبع: www.nursingcosult.com

www.uptodate.com

آدرس: بیمارستان: بلوار شهید کاوه- بیمارستان کودکان اکبر

تلفن: ۵-۳۸۷۱۳۱۰۰ دافلی ۱۲۱



تشخیص:

- آزمایش خون (بررسی سطح Anti TTG)
- بیوپسی (نمونه برداری) از روده کوچک
- آندوسکوپی

نکته: قبل از انجام آزمایش خون محدودیت رژیم گلوتن نداشته باشند.

درمان:

درمان محدودیت مصرف مواد غذایی حاوی گلوتن می باشد لازم جهت رژیم مناسب با متخصص یا کارشناس تغذیه مشورت داشته باشید.

و با تجویز مکمل های ویتامینی جهت جلوگیری از پوکی استخوان و کم خونی

غذاهای حاوی گلوتن که نباید مصرف شوند:

تمام غذاهایی که معمولاً حاوی گندم و جو، جو دوسر و گندم سیاه یا چاودار و آرد آنها انواع نان های معمولی، نان خشک، بیسکویت، باگت، نان سفید و سیاه.

کلیه گوشت های کنسرو شده، سوسیس، کالباس، کتلت، کباب کوبیده رستورانها، شنیسل گوشت و مرغ، ماکارونی، رشته فرنگی، غذاهای حاوی جو، ، فرنی، با آردهای فوق.

نشاسته گندم و حلوا یا شیرینی های تهیه شده با آرد

گندم

والدین گرامی:

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد مراقبت و درمان از کودک شماست. امیدواریم با مطالعه این مطالب و رعایت نکات ذکر شده در آن، شاهد بهبودی سریعتر کودکان باشیم.



تعریف:

یک بیماری با علائم و نشانه های مختلف می باشد که بیشتر بر روی دستگاه گوارش اثر می گذارد. با علائم اسهال، کاهش وزن، نفخ، درد شکم، کاهش اشتها می باشد.

یا ممکن است علائم غیر گوارشی مثل رشد آهسته، سردرد، دردمفاصل، خستگی

علائم زمانی بروز میابد که سیستم ایمنی به یک پروتئین خاص به نام گلوتن در برخی غذاها مثل گندم و جو پاسخ می دهد.

در این بیماری بیشترین آسیب سیستم ایمنی در روده کوچک است، روده کوچک محل اصلی جذب مواد غذایی می باشد در نتیجه اختلال در جذب به وجود می آید. (با خوردن مواد غذایی حاوی گلوتن پرز های روده کوچک صاف شده عملکرد جذبی خود را از دست می دهد)

عوامل:

استعداد ژنتیک و عدم تحمل مواد غذایی محتوی گلوتن

علائم:

گوارشی:

- اسهال
- کاهش اشتها
- ورم و درد شکم
- کاهش وزن یا وزن گیری کم
- نفخ
- مدفوع خونی
- مشکلات دندان

رنگ دندان ها تیره می شود (کرم و زرد یا حتی قهوه ای)

و ظاهر شدن حفره در دندان ها

علائم بعد از خوردن مواد غذایی حاوی گلوتن بروز می یابد که ممکن است از دوره خردسالی تا بزرگسالی علائم را نشان دهد.

علائم خارج گوارشی:

- تاخیر در رشد
- کم خونی ناشی از فقر آهن
- راش های پوستی
- خستگی
- درد مفاصل

- ممکن است دچار اضطراب و مشکلات خواب نیز شود.

- تاخیر در بلوغ

- علائم پوستی

ضایعات پوستی که در بزرگسالان بیشتر رایج است، روی آرنج، زانو، باسن، پشت و صورت ظاهر می شود.

- نرمی یا پوکی استخوان

به دلیل سوء جذب مواد معدنی در روده ایجاد می شود که ممکن است نیاز به تجویز مکمل های کلسیم و ویتامین دی باشد.

افراد در معرض خطر:

- سابقه ی خانوادگی
- سندرم داون و ترنر
- دیابت نوع ۱
- کم کاری تیروئیدی خود ایمن

